মুহাসাবা

দিনে রাতে কিছু সময় মুহাসাবার জন্য অবসর হওয়া

================================

আল্লাহ ও তার রাসূলের জন্য ভালবাসা ও ঘৃনা অনুযায়ী সম্পর্ক

❖ কারো জন্য রাগলে সেটা কি আল্লাহর জন্য হয়েছে? ব্যাক্তিগত সম্পর্কের কারণে ভালোবাসা কম হয়নি তো ?

❖ অন্যের সম্মানের জন্য নিজেকে হীন করেছি কি? কথা-বার্তায়/মতপার্থক্যে?(أَذِلَّةٍ عَلَى الْمُؤْمِنِ)

সার্বিক ব্যাপারে আল্লার উপর ভরসা/তাওয়াক্কুল

❖ কোন সমস্যা বা বিপদে পড়লে সবার আগে কি আল্লাহর কথা মনে এসেছে এবং তার কাছে কি দুয়া করা হয়েছে?

❖ দ্বীনি/দুনিয়াবি সমস্ত বিষয়ে নিজেকে অক্ষম ও সম্পূর্ণ আল্লাহর মুখাপেক্ষী মনে করেছি কি? (القلوب المنكسرة)

❖ যেকোন বিষয়ে মানুষকে আল্লাহর মত বা আল্লাহর চেয়ে বেশি ক্ষমতাশীল মনে করেছি কি ?

ইবাদত আমলে ইখলাস, প্রচার বিমুখ হওয়া

❖ কাউকে কোন অনুগ্রহ করলে কি অন্যের কাছে তা গোপন করার চেষ্টা করা হয়েছে?

❖ মানুষের কাছ থেকে প্রশংসা/সম্মান পাওয়ার জন্য কোন আমলের কথা বলা হয়েছে কি ?

❖ নিছক মানুষের নিন্দার আশংকায় কোন আমল ছেড়েছি কিনা ?

❖ শিরক/নিফাকি থেকে বাঁচার জন্য দু'আ এবং নিজের ইসলাহের জন্য দু'আ কি হয়েছে?

সর্বাবস্থায় আল্লাহর শুকরিয়া/হামদ/স্মরণ (شاكر)

❖ ঘুম থেকে উঠে হামদ পড়া হয়েছে কি ?

❖ খাওয়া শেষে হামদ পড়া হয়েছে কি ?

❖ ইস্তিঞ্জা থেকে বের হয়ে হামদ পড়া হয়েছে কি ?

❖ যেকোন সুসংবাদ শুনে হামদ পড়া হয়েছে কি ?

❖ সকাল সন্ধ্যার জিকির করেছি কি ?

❖ দুঃসংবাদ, অপছন্দনীয় সব কিছুই আল্লাহর ফয়সালা এটা স্মরণ করা হয়েছে কিনা এবং সেজন্য সন্তুষ্টির সাথে ধৈর্য ধরা হয়েছে কিনা ?(العجلة و الصبر)

পরকালের স্মরণ

❖ মৃত্যুকে স্মরণ করা হয়েছে কি ?

❖ মৃত্যুর পরের জীবনের জন্য খাস দু'আ করা হয়েছে কি ? আল্লাহর ভয়ে চোখের পানি ফেলেছি কি ?

❖ দুনিয়ার মানুষের তৈরি আযাবকে পরকালের আযাবের তুলনায় খুব নগণ্য মনে করেছি কি?

❖ কোনো অসিয়ত থাকলে লিখা হয়েছে কি ?

❖ মানুষের সম্পদ ও পদ/ সম্মান দেখে আমি কি নিজের জন্য এসবের অভাব বোধ করেছি ? (الجاه و السلطان)

নিজের পাপ ও কৃত ভুলের কথা স্মরণ - হাক্কুল্লাহ (حق الله)

❖ তাওবা স্বরুপ কোন নফল আদায় হয়েছে? (التوبة)

❖ কোন হারাম কাজ হয়েছে কি? হলে সেটার জন্য তাওবা ও শাস্তিস্বরুপ কোন নফল আদায় হয়েছে? (التوبة)

❖ নিজের আমলের কথা স্মরণ করে পরিতৃপ্তবোধ করেছি কিনা? (عُجْب)

❖ আমলে ইহসানের অভাব পূরণের চিন্তা কি করেছি? (خُشُوع)

নিজের পাপ ও কৃত ভুলের কথা স্মরণ - হাক্কুল 'ইবাদ (حَقّ العباد)

❖ ব্যবহারে নম্রতা অবলম্বন হয়েছে কি? (মা-বাবা , পরিবার পরিজন বিশেষভাবে) (أدب)

❖ পরিচিত/অপরিচিত সব মুসলিমকে সালাম দেওয়া হয়েছে কি ?

❖ অন্যের কষ্ট দূর করা/উপকার করা হয়েছে কি ? (حسن الخلق)

❖ অন্যের প্রশংসা শুনে অস্বস্তি ও নিন্দা শুনে খুশি ? (الغيبة)

❖ গীবত (৬ টি বিশেষ অবস্থা বাদে) থেকে বিরত থাকা হয়েছে ? (الغيبة)

❖ সব মুমিনকে ক্ষমাসুন্দর দৃষ্টিতে স্মরণ করে তাদের ভালোর জন্য দু'আ করেছি কি ? (مخموم القلب)

❖ মুসলিমদের তুচ্ছ তাচ্ছিল্য করা থেকে বিরত থাকা হয়েছে কি ? (تحقير)

❖ কারও নসিহতে বিরক্ত হচ্ছি না তো ? (مظاهر الكبر)

নিফাকির আলামতগুলো থেকে বাঁচা (الخوف من النفاق)

❖ সব বিষয়ে সত্য বলা, মিথ্যা ও অতিরঞ্জন থেকে বাঁচা, কম কথা বলার চেষ্টা করা হয়েছে কি ?

❖ সব প্রতিশ্রুতি রক্ষা করেছি কি ?

❖ সব ধরনের আমানত (কথা, মাল, সম্পর্ক, দায়িত্ব) রক্ষা করেছি কি ?

❖ আমর বিল মা'রুফ ও নাহিয়ানিল মুনকার/ অন্যের ইসলাহর যথাসাধ্য চেষ্টা করেছি কি ?

❖ ওয়াক্ত অনুযায়ী জামাতের সাথে সালাত আদায় করা হয়েছে কিনা ?

শয়তানের ওয়াসওয়াসা থেকে বাঁচা

❖ দ্বীনি কারণ ছাড়া রাগ দূর করা হয়েছে কি ?

❖ অন্য ভাইকে কোন সুযোগ সুবিধা/ প্রাধান্য দিতে অন্তর সংকীর্ণ হয়েছে কিনা ? (شُحّ)

❖ মনে কোন খারাপ চিন্তা/ অন্যের দোষ-ত্রুটি (عيب الناس) নিয়ে চিন্তা/ আপত্তিকর কিছু আসলে সাথে সাথে আল্লাহর আশ্রয় নিয়েছি কি ? নাকি খারাপ চিন্তায় সময় দিয়েছি ?

❖ ইসলামের কোন বিষয়ে কোন সন্দেহ থাকলে দূর করার জন্য ব্যবস্থা নিয়েছি কি ? এই সন্দেহ দূর করার জন্য জ্ঞানী কারও সাথে পরামর্শ করেছি কি ?

❖ চোখের খিয়ানত থেকে বেঁচে থেকেছি কি ?

❖ কেউ কোন ভালো কাজ করতে না পারলে তা আমাকে খুশি করেছে কিনা ? (الحسد)

______ ❇______